

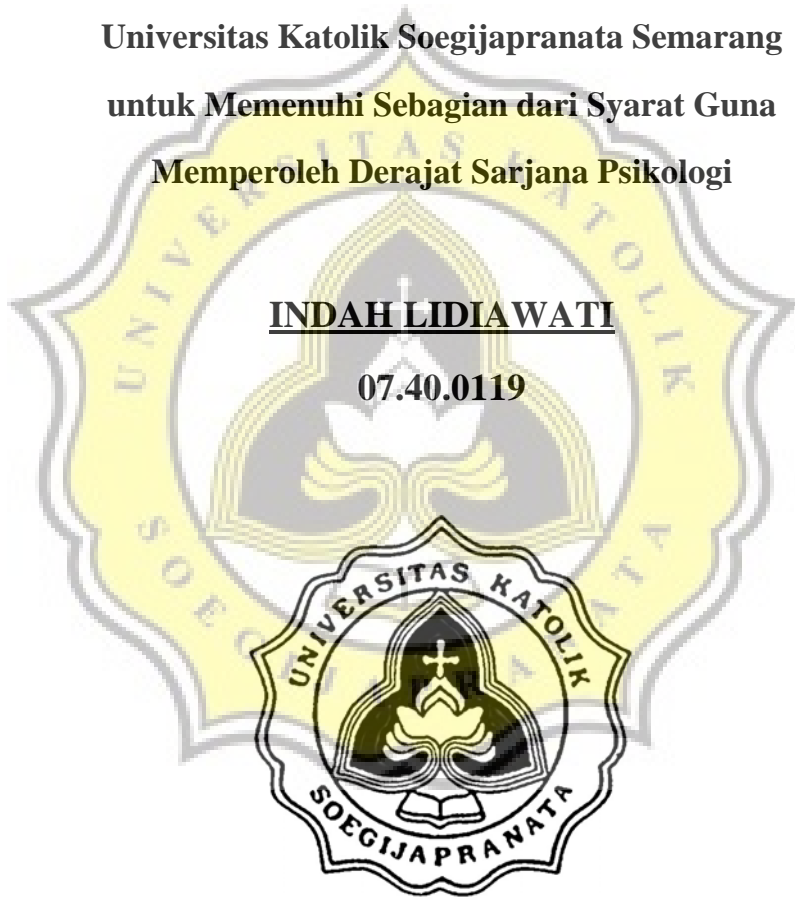
**STRES MAHASISWA DALAM MENYUSUN SKRIPSI
DITINJAU DARI DUKUNGAN SOSIAL TEMAN**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

INDAH LIDIAWATI

07.40.0119



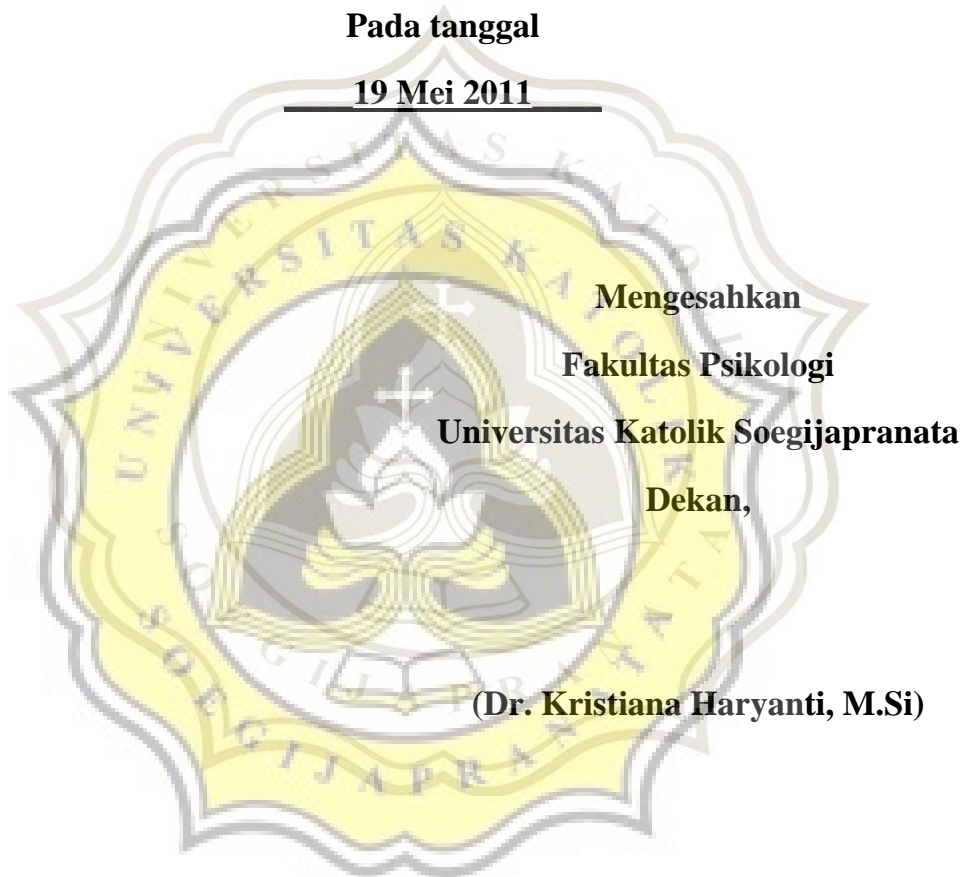
**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG**

2011

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-Syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

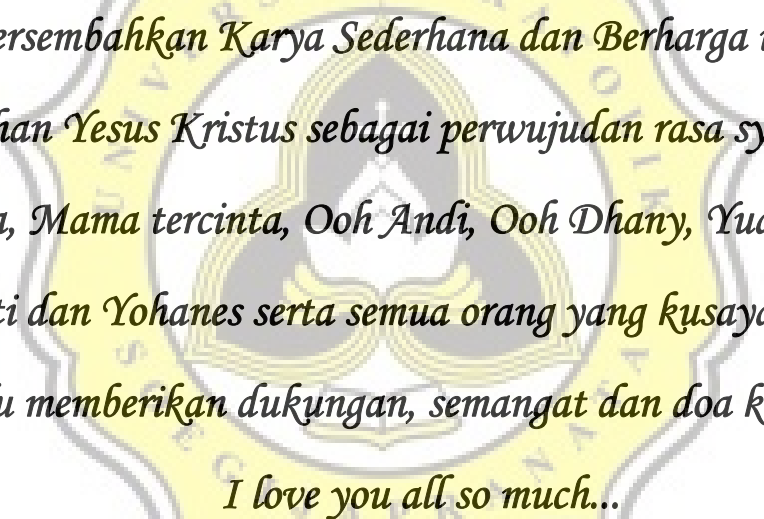
Pada tanggal

19 Mei 2011



Dewan Penguji :

- 1. Drs. Sumbodo Prabowo, M.Si** _____
- 2. Esthi Rahayu, S.Psi., M.Si** _____
- 3. Dra. Lucia Hernawati, M.S** _____




*Kupersembahkan Karya Sederhana dan Berharga ini untuk;
Tuhan Yesus Kristus sebagai perwujudan rasa syukurku,
Papa, Mama tercinta, Ooh Andi, Ooh Dhany, Yudhi, Rudi,
Santi dan Yohanes serta semua orang yang kusayangi yang
selalu memberikan dukungan, semangat dan doa kepadaku..
I love you all so much...*

MOTTO

Jawab Yesus: "Bukankah sudah Kukatakan kepadamu: Jika kau percaya engkau akan melihat kemuliaan Allah?"

(Yohanes 11:40)



*kekuatan adalah
berjalan maju saat ingin menyerah dan
berbalik mundur
kekuatan membuat kita bertahan
untuk percaya
meski hati diliputi keraguan dan tanya
kekuatan adalah makanan jiwa
dan senjata bagi hati yang terluka
kekuatan memberi kita banyak kesempatan
untuk melihat masa depan di balik
gelapnya kenyataan
kekuatan menyelimuti jiwa dengan harapan
memperkenalkan kita kepada keselamatan
dan menghiasi esok dengan sukacita
dan iman
(karin budiman)*

*Tetapi seperti ada tertulis: "Apa yang tidak pernah dilihat oleh mata, dan tidak pernah
didengar oleh telinga, dan yang tidak pernah timbul di dalam hati manusia: semua
yang disediakan Allah untuk mereka yang mengasihi Dia."*

(1 Korintus 2: 9)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas rahmat dan anugerah yang diberikan sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis mendapat banyak pengalaman berharga yang nantinya dapat dijadikan bekal dan pelajaran bagi kehidupan penulis.

Dalam proses pembuatan skripsi, penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan selesai tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

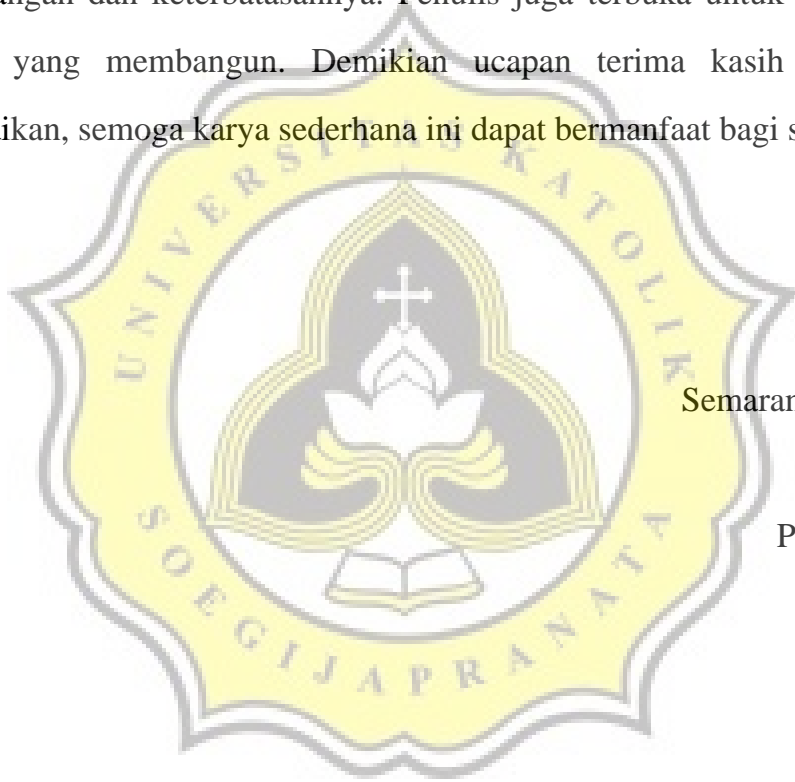
1. Ibu Dr. Kristiana Haryanti, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah memberikan penulis dukungan dan masukan baik dalam studi maupun dalam pembuatan skripsi ini.
2. Ibu Lita Widyo Hastuti, S.Psi, MS selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata atas dukungan dan saran yang diberikan kepada penulis dalam penyusunan naskah skripsi.
3. Ibu Esthi Rahayu, S.Psi., M.Si, selaku dosen pembimbing, dewan penguji skripsi yang selama ini selalu bersedia meluangkan waktunya dan memberikan bimbingan dengan penuh kesabaran, perhatian, dukungan dan saran yang berguna baik dari awal sampai dengan akhir penyusunan skripsi, hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Bapak Drs. Sumbodo Prabowo, M.Si dan Ibu Dra. Lucia Hernawati, MS, selaku dewan penguji skripsi yang telah memberikan kritik, saran

maupun petunjuk sehingga skripsi ini menjadi semakin ilmiah dan berguna bagi masyarakat maupun siapa saja yang ingin menggunakannya.

5. Bapak Drs. Haryo Goeritno, M.Si, selaku Biro Skripsi atas bantuan dan dukungannya kepada penulis dalam penyusunan skripsi.
6. Seluruh staf pengajar Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Terima kasih karena telah menularkan ilmunya selama penulis menempuh studi.
7. Seluruh staf tata usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata (Mas Gandi, Mas Supri, Mbak Ike, Mbak Retno dan Mbak Tati) yang selalu memberikan bantuan dan kemudahan dalam proses administrasi selama penulis menempuh studi.
8. Papa, Mama, Ooh Andi, Ooh Dhany, Yudhi, Rudi, Santi dan Yohanes atas doa, perhatian dan semangat yang diberikan kepada penulis. *I love you all..*
9. Seluruh teman mahasiswa yang menjadi subyek penelitian, atas waktu luang dan kesediaannya untuk mengisi skala.
10. Om dan Tanteku atas dukungan, doa dan semangatnya.
11. Sahabat-sahabatku, Yohana, Ci Devi, Kristin, Ayu, Febe, Wewyn, Rinta, Yoan, dan Ike, yang selalu memberikan semangat dan dukungan selama proses pembuatan skripsi ini.
12. Teman-teman Fakultas Psikologi Angkatan 2007, yang memberi semangat dan membantu dalam proses pembuatan skripsi ini.

13. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terima kasih atas dukungan dan semangat sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis memohon maaf atas segala kekurangan dan keterbatasannya. Penulis juga terbuka untuk segala saran kritik yang membangun. Demikian ucapan terima kasih ini penulis sampaikan, semoga karya sederhana ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.



Semarang, Mei 2011

Penulis

DAFTAR ISI

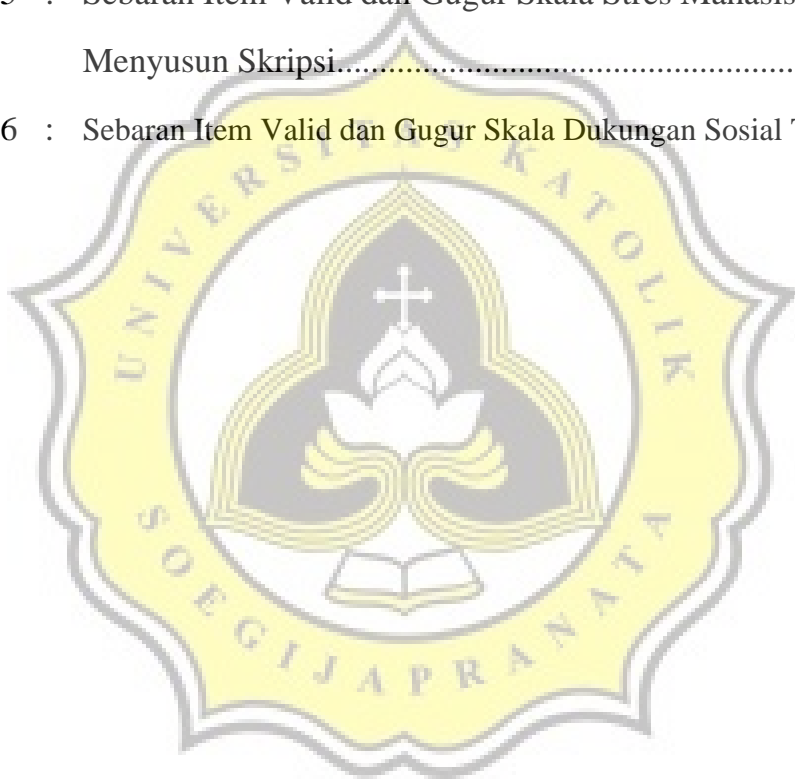
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	i
HALAMAN PERSEMBAHAN	iii
MOTTO..	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
INTISARI.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	8
C. Manfaat Penelitian	9
1. Manfaat Teoritis.....	9
2. Manfaat Praktis.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi	10
1. Pengertian Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi	10
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres.....	13
3. Aspek-Aspek Stres	19
B. Dukungan Sosial Teman.....	22
1. Pengertian Dukungan Sosial Teman.....	22

2. Jenis-Jenis Dukungan Sosial.....	25
C. Hubungan Dukungan Sosial Teman dengan Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi	29
D. Hipotesis	34
BAB III METODE PENELITIAN	35
A. Metode Penelitian yang Digunakan.....	35
B. Identifikasi Variabel Penelitian	35
C. Definisi Operasional	36
1. Dukungan Sosial Teman	36
2. Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi.....	36
D. Subyek Penelitian.....	37
1. Populasi	37
2. Sampel	37
E. Metode Pengumpulan Data.....	38
1. Skala Dukungan Sosial Teman	39
2. Skala Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi.....	40
F. Validitas dan Realibilitas Alat Ukur.....	41
1. Validitas.....	41
2. Realibilitas	41
G. Teknik Analisis Data.....	42
BAB IV PERSIAPAN DAN PELAKSANAAN PENELITIAN.....	43
A. Orientasi Kancan Penelitian.....	43
B. Persiapan Penelitian	46
1. Penyusunan Alat Ukur.....	46
2. Permohonan Ijin Penelitian	49

C. Pelaksanaan Penelitian.....	50
D. Uji Validitas dan Reliabilitas	52
1. Validitas dan Realibilitas Skala Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi	53
2. Validitas dan Realibilitas Skala Dukungan Sosial Teman	55
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	57
A. Hasil Penelitian	57
1. Uji Asumsi	57
2. Uji Hipotesis.....	59
B. Pembahasan.....	59
BAB VI PENUTUP	63
A. Kesimpulan	63
B. Saran	63
1. Bagi Mahasiswa	63
2. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	64
DAFTAR PUSTAKA.....	66
LAMPIRAN.....	69

DAFTAR TABEL

Tabel 1	: Rancangan Skala Dukungan Sosial Teman	40
Tabel 2	: Rancangan Skala Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi.	40
Tabel 3	: Sebaran Item Skala Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi	48
Tabel 4	: Sebaran Item Skala Dukungan Sosial Teman	39
Tabel 5	: Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi.....	40
Tabel 6	: Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Dukungan Sosial Teman.....	41



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A : SKALA PENELITIAN.....	70
A-1 Skala Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi	71
A-2 Skala Dukungan Sosial Teman	75
LAMPIRAN B : DATA KASAR PENELITIAN.....	77
B-1 Data Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi.....	78
B-2 Data Dukungan Sosial Teman.....	88
LAMPIRAN C : UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS.....	98
C-1 Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi.....	99
C-2 Dukungan Sosial Teman	103
LAMPIRAN D : DATA PENELITIAN.....	108
D-1 Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi	109
D-2 Dukungan Sosial Teman	111
LAMPIRAN E : UJI ASUMSI DATA PENELITIAN	113
E-1 Uji Normalitas Data Penelitian	114
E-2 Uji Linieritas Data Penelitian	116
LAMPIRAN F : ANALISIS DATA.....	118
Analisis Korelasi <i>Product Moment</i>	119
LAMPIRAN G : SURAT PENELITIAN	120

INTISARI

Stres merupakan suatu tanggapan fisiologi atau psikologis seseorang terhadap lingkungan yang disebabkan karena adanya tuntutan yang menggerakkan individu untuk menghasilkan suatu tanggapan ketegangan, sehingga muncul persepsi ketakutan, kecemasan serta perasaan khawatir yang dikarenakan ketidak seimbangan antara tuntutan yang dirasakan dengan kemampuan yang dimiliki dalam memenuhi tuntutan tersebut. Dapat dikatakan tidak ada seorangpun yang dapat terhindar dari gejala stres, baik itu balita, remaja, orang dewasa, apalagi para lanjut usia, demikian pula pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, yang meliputi stres mahasiswa yang disebabkan oleh proses-proses di dalam penyusunan skripsi dari awal sampai selesai, seperti pemilihan judul, proses di dalam bimbingan dengan dosen pembimbing, penyusunan proposal, ujian proposal, penyusunan naskah skripsi, hingga penyusunan revisi akhir skripsi.

Dukungan sosial teman adalah dukungan yang diberikan oleh orang-orang yang cukup kita kenal yang terdiri dari informasi atau nasehat verbal/nonverbal, bantuan nyata, atau tindakan yang diperoleh sehingga individu tahu bahwa orang lain memperhatikan, menghargai, menyayangi, mencintai dan peduli.

Dalam penelitian ini, diteliti hubungan negatif antara stress yang dialami oleh mahasiswa dalam menyusun skripsi dengan dukungan sosial teman yang diterima.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menyebarkan skala penelitian menggunakan teknik *incidental sampling*, yang disebarkan kepada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Angkatan 2007, yang sedang menyusun skripsi.

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara dukungan sosial teman dengan stres mahasiswa dalam menyusun skripsi. Hal ini dapat dilihat dari nilai $r_{xy} = -0,387$ dengan $p < 0,01$, sehingga semakin tinggi dukungan sosial teman maka semakin rendah stres mahasiswa dalam menyusun skripsi. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial teman, maka semakin tinggi stres mahasiswa dalam menyusun skripsi.

Kata Kunci: Stres, Dukungan Sosial Teman, Penyusunan Skripsi

ABSTRACT

Stress is a physiological or psychological response to the environment caused by a person because of the demands that drive the individual to produce a response to tension, so there is the perception of fear, anxiety and feelings of worry that due to imbalance between the perceived demands of his ability to meet these demands. It could be argued that no one can avoid the symptoms of stress, be it children, teenagers, adults, especially the elderly, as well as on students who are preparing theses, which includes student stress caused by processes in the preparation of the thesis of start to finish, such as the selection of titles, in the process of guidance by lecturers, preparation of proposals, examination of proposals, preparation of the thesis manuscript, to the preparation of the final revised thesis.

Friend social support is the support given by people who we know enough of the information or advice verbal / nonverbal, tangible aid, or action that is obtained so that individuals know that other people notice, appreciate, cherish, love and care.

In this study, observed a negative relationship between the stress experienced by students in preparing the thesis with a friend who received social support.

This study uses quantitative methods to spread the scale of a study using incidental sampling technique, which is distributed to students of the Faculty of Psychology Soegijapranata Catholic University Semarang Force 2007, which is working on thesis.

Based on the research and data analysis have shown that there is a very significant negative relationship between social support with stress student friends in drafting thesis. It can be seen from the value of $r_{xy} = -0,387$ with $p < 0.01$, so the higher the social support of friends, the lower the stress of students in preparing thesis. Conversely, the lower the social support of friends, the higher the stress the students in preparing the thesis.

Keywords: Stress, Social Support People, Preparation of Thesis